Fiche fonctions cognitives

Niveau Moyen

Fiche n°1

© Amélie Wallyn – Autonome à Domicile 2014

Guide d'utilisation

La réalisation de ces exercices nécessite qu'ils soient **imprimés** au préalable.

Les exercices doivent être réalisés à un moment où la personne se sent bien. La télévision et la radio seront éteintes. Seule la personne et l'aidant (s'il y en a un) seront présents dans la pièce, afin de ne pas créer de facteur de déconcentration. Si possible, pour favoriser une bonne concentration, les exercices seront toujours effectués dans la même pièce.

Dans certains exercices, vous trouverez ce type ligne horizontale qui sépare la page en deux :

Cela signifie **qu'avant de commencer l'exercice, vous devez plier la page au niveau de cette ligne**. C'est particulièrement le cas lors des exercices de mémoire.
Il y a deux manières de faire ces exercices avec partie cachée :
1. Tourner la page immédiatement.
2. Si la personne réussit sans difficulté, vous pouvez revenir sur ces exercices un peu plus tard, en ajoutant une tâche entre la mémorisation et la réponse. Par exemple, demandez lui d'épeler un mot court, comme « table ».

La réalisation de ces exercices ne doit pas entraîner de conflit entre la personne et son aidant. Si tel est le cas, arrêtez les exercices et revenez-y une autre fois.

Il est important que la réalisation des exercices ne soit pas un moment désagréable. Il ne faut donc pas forcer la personne à effectuer ces exercices, car sa motivation à réussir, et donc sa concentration, ne seront pas les mêmes.

Pensez à mettre en avant les réussites plutôt que les échecs. Ce n'est pas grave si tout n'est pas correct, il y a forcément une chose qui l'est. Et la volonté de réussir peut déjà être félicitée.

Avoir imprimé cette fiche d'exercices et avoir décidé de l'utiliser et déjà une grande étape. Je vous souhaite que leur utilisation vous soit bénéfique et agréable.

Pour plus d'informations, pensez à consulter le mode d'emploi des fiches à cette adresse : http://autonome-a-domicile.com/mode-demploi/

© Amélie Wallyn – Autonome à Domicile 2014

Mémorisez-bien ces six mots.

Pantoufle

Cuillère

Arbre

Chemise

Casserole

Pelouse

Quels sont les mots que vous venez de lire ?

© Amélie Wallyn – Autonome à Domicile 2014

Combien de fois la lettre E apparait dans le texte ci-dessous ? (Les é comptent aussi)

Julie est récemment tombée dans l'escalier. Heureusement elle ne s'est rien cassé, elle s'en sort avec une belle frayeur et une cheville foulée.

Réponse : 33 fois

© Amélie Wallyn – Autonome à Domicile 2014

Numérotez ces dates dans l'ordre chronologique

30 janvier 1989

18 avril 1968

16 octobre 2013

24 mars 1937

18 décembre 2014

7 février 1937

17 octobre 2012

1er juillet 1973

1er juillet 1994

19 octobre 2013

4 septembre 2014

8 novembre 1976

5 mai 2013

© Amélie Wallyn – Autonome à Domicile 2014

Donnez les antonymes (les contraires) de ces mots :

chaud

lourd

énervé

triste

noir

affamé

lumineux

salé

éveillé

propre

Réponses : froid, léger, calme, heureux, blanc, rassasié, sombre, fade, endormi, sale.

© Amélie Wallyn – Autonome à Domicile 2014